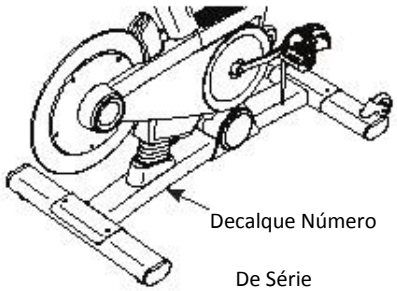
PRO-FORM

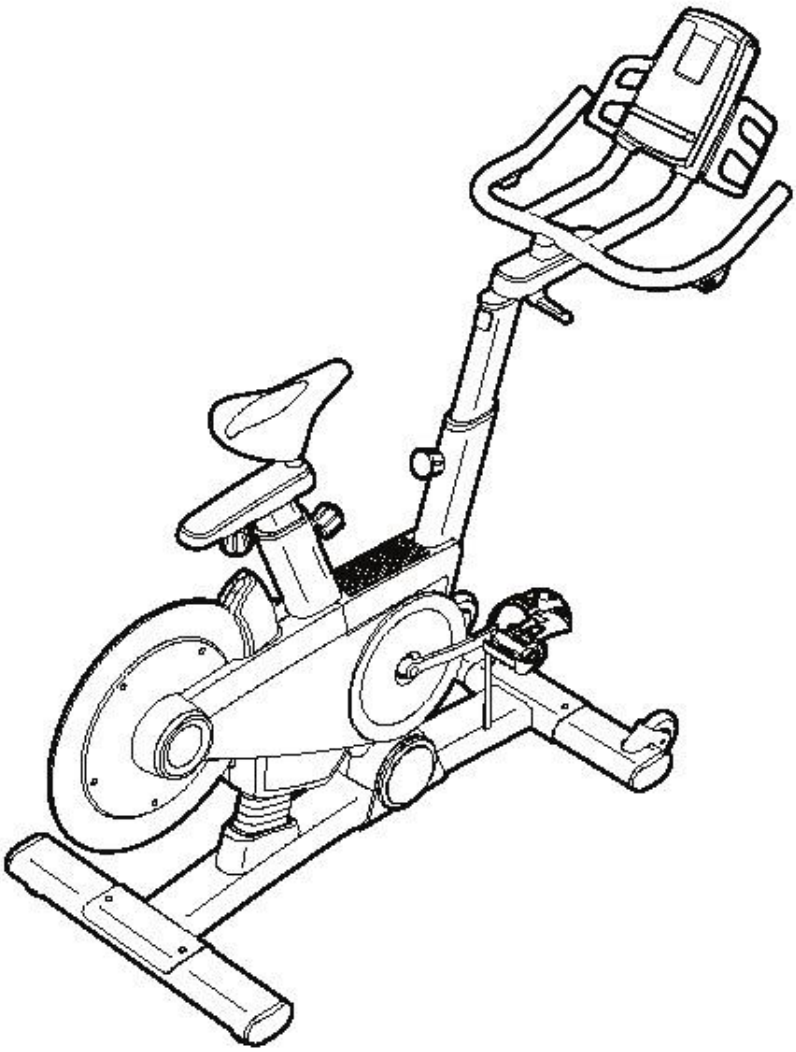
Le Tour de France

www.proform.com

Modelo No. PFEX01312.2



MANUAL DO USUÁRIO



DÚVIDAS?

Como fabricantes, estamos comprometidos a garantir sua completa satisfação. Se você tiver dúvidas, ou houver uma peça faltando ou danificada, POR FAVOR CONTACTE NOSSO SERVIÇO DE ATENDIMENTO AO CONSUMIDOR DIRETAMENTE.

SAC telefone:

11 2537-1247

Segunda à Sexta 8:00 – 17:00 hs

NA WEB:

www.iconfitness.com.br

⚠ CUIDADO

Leia todas as precauções e instruções deste manual antes de utilizar o equipamento. Guarde-o para futuras referências.

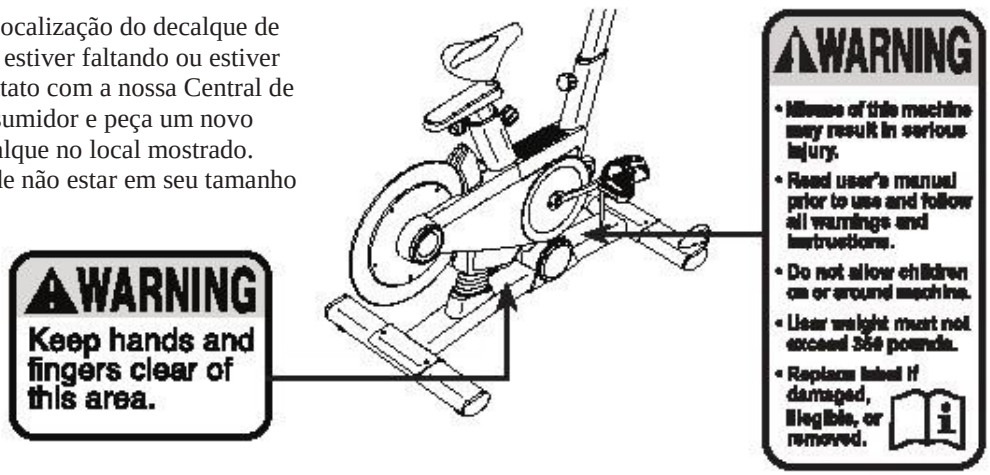
FREE
iFIT. HOW-TO VIDEOS
www.iFit.com

ÍNDICE

AVISO DE LOCALIZAÇÃO DE DECALQUE 2
PRECAUÇÕES IMPORTANTES 3
ANTES DE COMEÇAR 4
MONTAGEM 5
COMO UTILIZAR O EXERCITADOR 10
INFORMAÇÃO FCC 21
MANUTENÇÃO E SOLUÇÃO DE PROBLEMAS 22
GUIA DE EXERCÍCIOS 23
LISTA DE PEÇAS 25
FIGURA ILUSTRATIVA 27
PEDIDO DE REPOSIÇÃO DE PEÇAS ..... Contracapa
GARANTIA LIMITADA ..... Contracapa

AVISO DE LOCALIZAÇÃO DE DECALQUE

Essa figura mostra a localização do decalque de avisos. Se o decalque estiver faltando ou estiver ilegível, entre em contato com a nossa Central de Atendimento ao Consumidor e peça um novo decalque. Cole o decalque no local mostrado. Nota: O decalque pode não estar em seu tamanho real.


WARNING
Keep hands and fingers clear of this area.
WARNING
• Misuse of this machine may result in serious injury.
• Read user's manual prior to use and follow all warnings and instructions.
• Do not allow children on or around machine.
• User weight must not exceed 350 pounds.
• Replace label if damaged, illegible, or removed.

PROFORM é uma marca registrada da ICON IP, Inc.
LE TOUR DE FRANCE é uma marca registrada da Societe du Tour de France.

PRECAUÇÕES IMPORTANTES

⚠AVISO: Para reduzir os riscos de sérios danos, leia as seguintes precauções deste manual e todos os avisos em seu aparelho elíptico antes de utilize-lo. A ICON não assume nenhuma responsabilidade por danos pessoais ou em propriedades causados por ou através do uso deste produto.

1. É de responsabilidade do dono do aparelho, garantir que todos os usuários do exercitador elíptico estejam adequadamente informados sobre todas as precauções.

2. Antes de começar este ou qualquer outro programa, consulte seu médico. Isto é especialmente importante para pessoas acima de 35 anos ou pessoas com problemas cardíacos pré-existentes.

3. Utilize o exercitador elíptico somente como descrito neste manual.

4. O exercitador elíptico deve ser utilizado somente domesticamente. Não o use para fins comerciais, de aluguel, ou institucional.

5. Mantenha o exercitador elíptico dentro de casa, longe de poeira e respingos de água.

6. Posicione o exercitador em uma superfície nivelada, com pelo menos 0.6 m de espaço livre na parte anterior e posterior e 0.6 m de cada lado. Para proteger o chão ou tapetes de danos, coloque um capacho sob o exercitador.

7. Inspecione e aperte corretamente todas as peças regularmente. Reponha qualquer peça danificada imediatamente.

8. Mantenha crianças menores de 12 anos e animais domésticos longe do exercitador elíptico todo o tempo.

9. Quando conectar o cabo de energia, conecte-o em um circuito aterrado. Para evitar sobrecarregar o circuito, não conecte outros aparelhos eletrônicos, com exceção de aparelhos de baixa carga como carregadores de celular, em uma tomada no mesmo circuito.

10. Não substitua o cabo de energia e não utilize um adaptador para ligar o cabo de energia em um receptor impróprio. Mantenha o cabo de energia longe de superfícies quentes. Não utilize extensões de cabos.

11. Não utilize o equipamento caso o cabo de energia esteja danificado, ou se o equipamento não estiver funcionando corretamente.

12. Sempre desconecte o cabo de energia e desligue o interruptor quando o equipamento não estiver em uso.

13. PERIGO: Sempre desconecte o cabo de energia quando o equipamento não estiver em uso ou quando for limpá-lo. Manutenções somente deverão ser realizadas por técnicos especializados.

14. Vista-se adequadamente enquanto se exercita; não vista roupas largas que poderiam ficar presas no elíptico. Sempre utilize tênis de atleta para proteção durante os exercícios.

15. O ciclo exercitador não deve ser usado por pessoas pesando mais que 159 kg.

16. Seja cuidadoso ao montar e desmontar o ciclo exercitador.

17. Mantenha suas costas eretas e não arqueadas enquanto se exercita no exercitador elíptico.

18. Exercitar-se demasiadamente pode resultar em sérios danos ou até em morte. Se você sentir tontura ou dor enquanto se exercita, pare imediatamente e descanse.

GUARDE ESTAS INSTRUÇÕES.

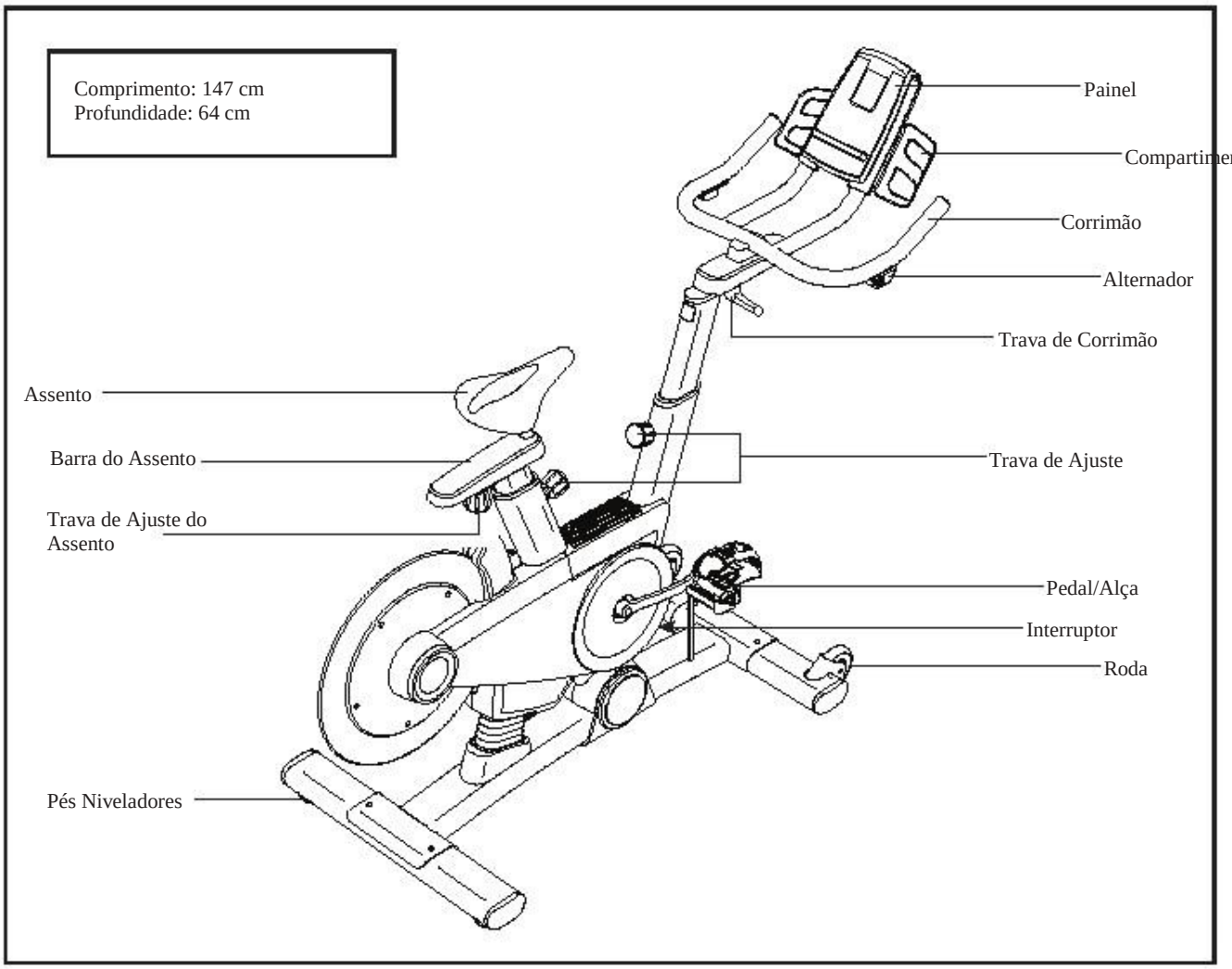
ANTES DE COMEÇAR

Parabéns por escolher o novo ciclo exercitador PROFORM® LE TOUR DE FRANCE®.
O novo ciclo exercitador LE TOUR DE FRANCE é diferente de qualquer ciclo exercitador. Com um sistema de inclinação que simula automaticamente terrenos rochosos reais, resistência inteligente ao vento, e uma gamar de outros recursos, o exercitador LE TOUR DE FRANCE foi desenvolvido para você apreciar o exercício ao ar livre na comodidade de sua residência.

Para seu próprio benefício, leia este manual cuidadosamente antes de utilizar o exercitador elíptico.

Se você ainda tiver dúvidas após a leitura do manual, por favor, vide a capa frontal deste manual. Para ajudar-nos a ajudá-lo, anote o número do modelo do produto e o número de série antes de entrar em contato conosco.

Antes de continuar a leitura, por favor, estude a figura abaixo para se familiarizar com as peças de seu aparelho.



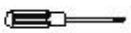
MONTAGEM

A montagem requer duas pessoas.

Coloque todas as peças do exercitador elíptico em uma área clara e limpa e remova os materiais de embalagem.

Não disponha dos materiais de embalagem até que a montagem esteja completa

A montagem requer as ferramentas inclusas e:

Uma chave Phillips 

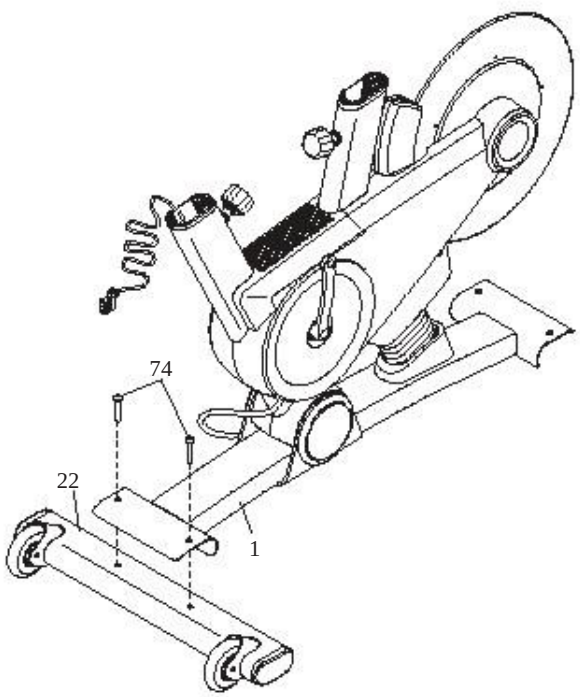
Uma chave ajustável

A montagem pode ser mais fácil se você tive uma caixa de ferramentas ou uma variedade de chaves.

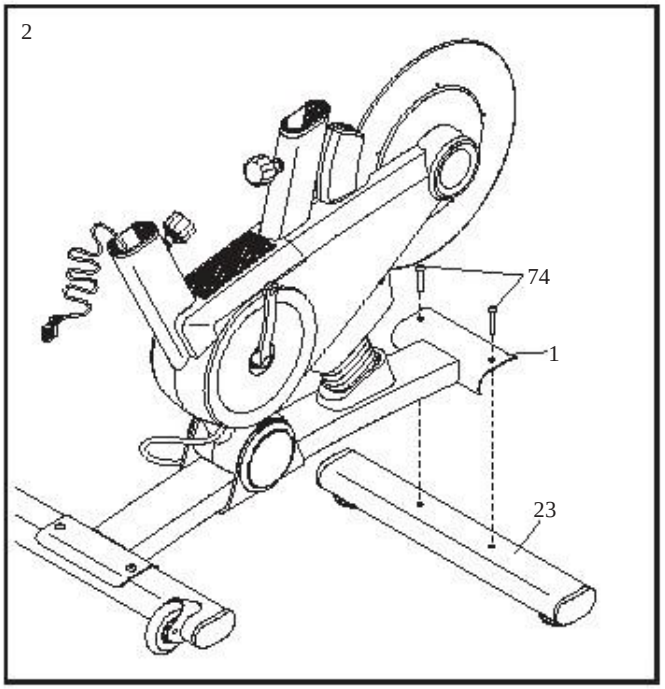
1. Identifique o Estabilizador Anterior (22), e oriente-a conforme figura.

Enquanto uma segunda pessoa levanta a parte superior da Base (1), prenda o Estabilizador Anterior (22) à Base com dois Parafusos 3/8" x 2 1/4" (74).

1



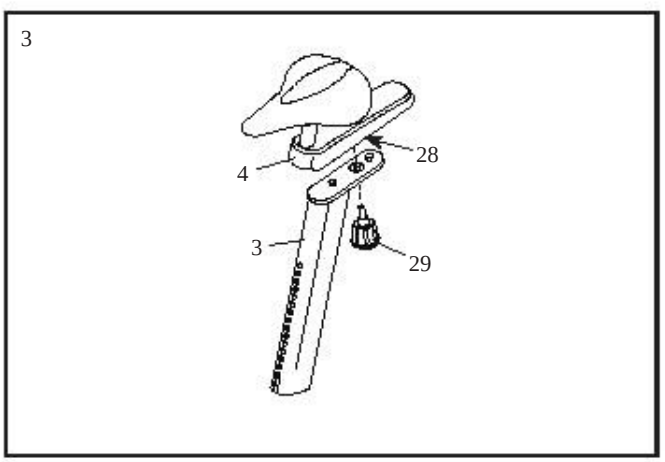
2. Enquanto uma segunda pessoa levanta a parte posterior da Base (1), prenda o Estabilizador Posterior (23) à Base com dois Parafusos 3/8" x 2 1/4" (74).



3. Oriente a Barra do assento (4) e o Carregador do assento (3) conforme figura.

Encaixe o Carregador do Assento (4) na Barra do Assento (3).

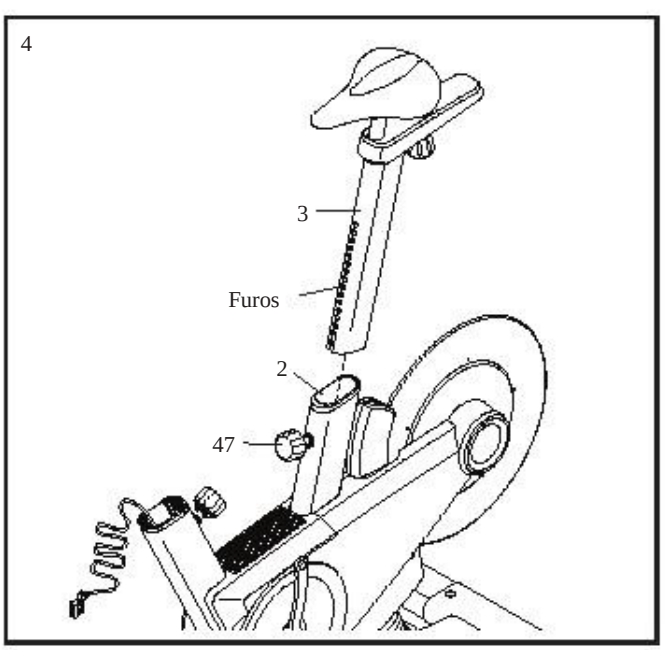
Então, aperte a Trava do Assento (29) na braçadeira T (28) na parte inferior do Carregador de Assento (4).



4. Oriente a Barra de Assento (3) conforme figura.

Afrouxe a Trava da Barra indicada (47) e puxe-a para fora. Então, insira a Barra do Assento (3) na Moldura (2).

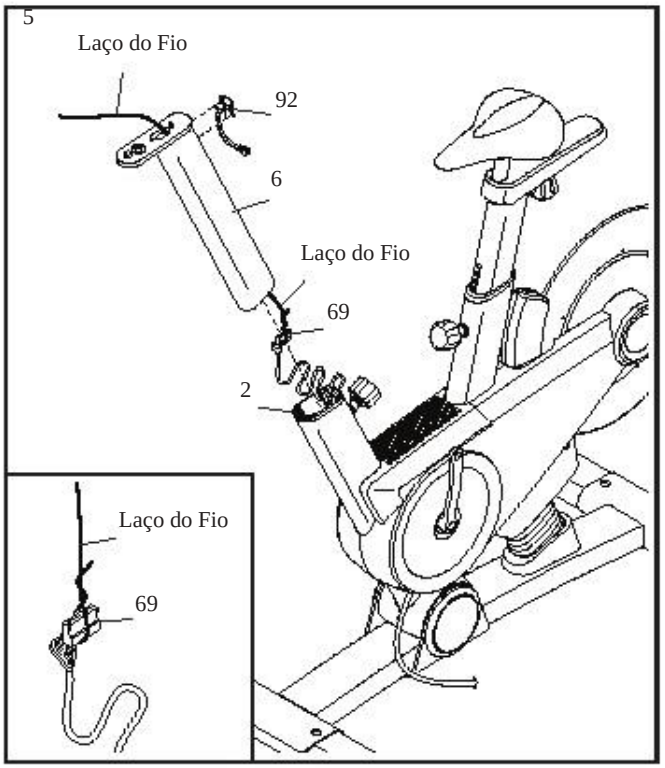
Mova a Barra do assento (3) para cima e para baixo para a posição desejada, solte a Trava da Barra (47) em um furo de ajuste na Barra de Assento, e então aperte a Trava da Barra. Esteja certo de que a Trava esteja encaixada em um furo de ajuste.



5. Oriente a Barra do Corrimão (6) conforme figura. Peça a uma segunda pessoa para segurar a Barra do Corrimão próximo à moldura (2).

Vide figura anexa. Localize o laço do fio no terminal inferior da Barra do Corrimão (6). Amarre o laço do fio envolta do conector no Fio Inferior (69) conforme figura. Então, puxe o terminal superior até que o Fio Inferior esteja enrolado na Barra do Corrimão.

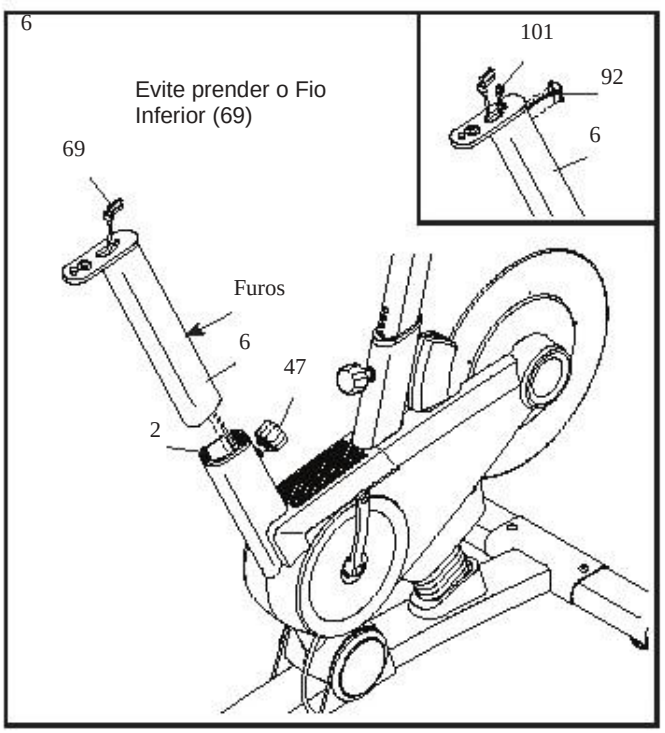
Dica: Pode ser necessário retirar a Capa de Acesso (92) e inserir seus dedos na Barra do Corrimão (6) para envolver o Fio Inferior (69) na parte superior da Barra de Corrimão.



6. Dica: Evite prender o Fio Inferior (69). Afrouxe a Trava da Barra indicada (47) e puxe-a para fora. Então, insira a Barra de Corrimão (6) na Moldura (2).

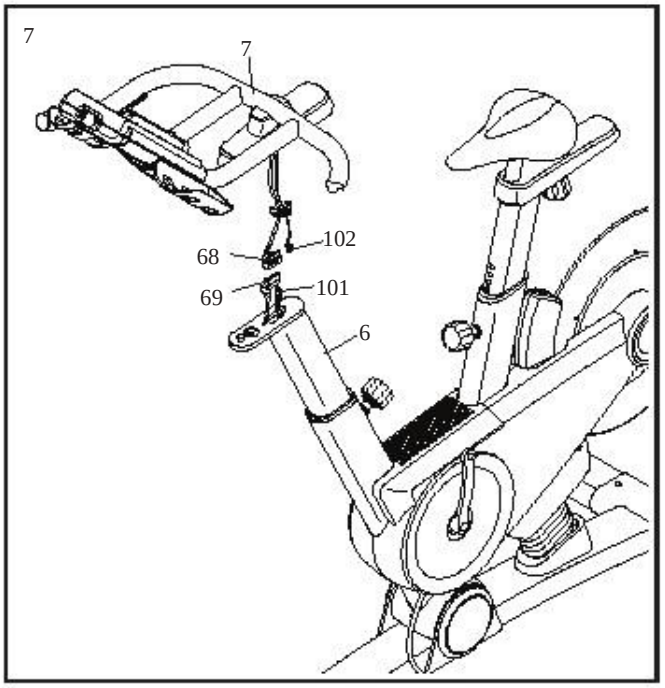
Mova a Barra do Corrimão (6) para cima e para baixo para a posição desejada, solte a Trava do Corrimão (47) em um furo de ajuste na Barra de Corrimão, e então aperte a Trava do Corrimão. Esteja certo de que a Trava esteja encaixada em um furo de ajuste

Vide figura anexa. Se necessário, insira o receptor do fio (101) na Capa de Acesso (92) na Barra de Corrimão (6), e pressione a Capa de Acesso na Barra do Corrimão. Então puxe o receptor do fio para cima para fora da Barra de Corrimão.



7. Oriente o Corrimão (7) conforme figura. Peça a uma segunda pessoa para segurar o corrimão próximo à barra do corrimão (6) até o passo 9.

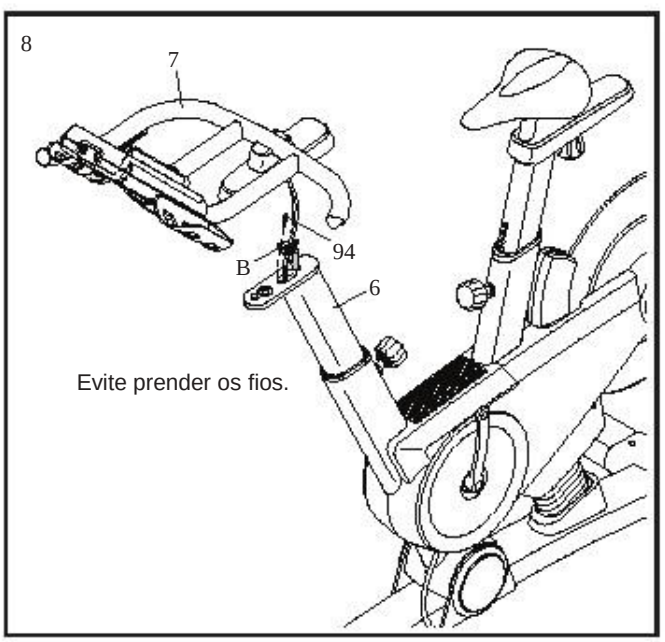
Conecte o Fio Superior (68) ao Fio Inferior (69). Então, conecte a Extensão do Fio (102) ao Receptor do Fio (101).



8. Dica: Segure o Corrimão (7) tão próximo quanto possível da Barra de Corrimão (6) durante este passo.

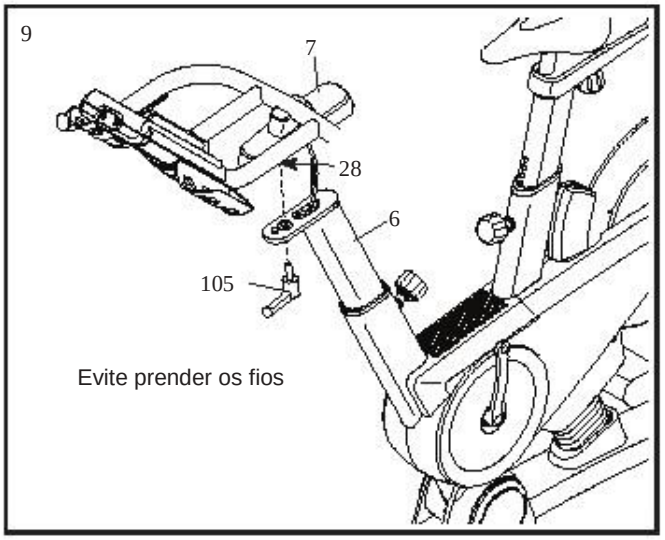
Insira os conectores e os fios na Barra de Corrimão (6), e então pressione a Braçadeira (B) na Barra do Corrimão.

Dica: Evite prender os fios. Prenda a Braçadeira (B) à Barra de Corrimão (6) com um Parafuso #8 x 5/8" (94).



9. Dica: Evite prender os fios. Insira os fios na Barra do Corrimão (6) e encaixe o Corrimão (7) na Barra do Corrimão.

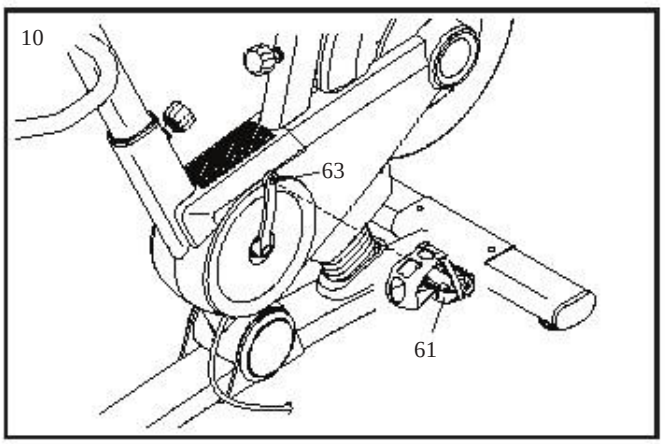
Então, aperte firmemente a Trava do Corrimão (105) na braçadeira T (28) no lado inferior do Corrimão (7). Nota: A Trava do Corrimão funciona como um roquete. Gire a trava em sentido horário, puxe-a para baixo, gire-a em sentido anti-horário, empurre-a para cima, e então gire em sentido horário novamente. Repita este passo até que a Trava esteja firme.



10. Identifique o Pedal esquerdo (61).

Utilizando uma Chave Ajustável, aperte firmemente o Pedal esquerdo(61) em sentido anti-horário no Braço do Pedal Esquerdo (63).

Aperte o Pedal Direito (não mostrado) em sentido horário no Braço de Pedal Direito (não mostrado).



11. Esteja certo de que todas as peças do exercitador elíptico estejam propriamente apertadas. Nota: Algum material pode ser deixado de lado quando a montagem estiver finalizada. Para proteger o chão ou tapetes de danos; coloque um capacho sob o ciclo exercitador.

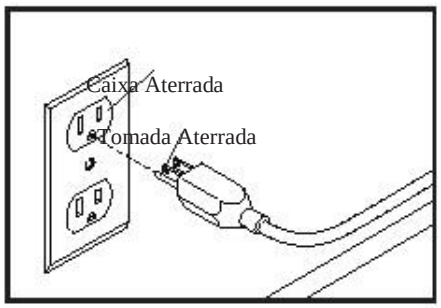
COMO UTILIZAR O EXERCITADOR ELÍPTICO

COMO CONECTAR O CABO DE ALIMENTAÇÃO

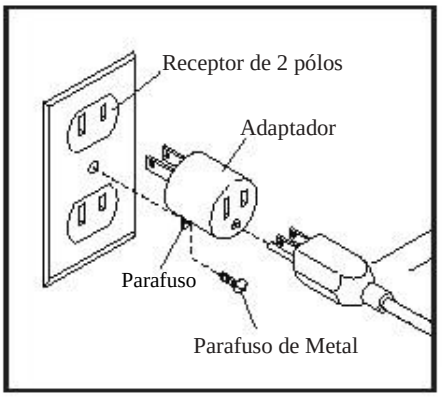
Este produto deve ser aterrado. Em caso de dano ao equipamento o aterramento oferece uma menor resistência elétrica o que diminui o risco de choque elétrico. No cabo de alimentação existe um conector para a tomada e um para o aterramento.

PERIGO: Conexão imprópria do equipamento de aterramento pode aumentar o risco de choque elétrico. Consulte um eletricista ou representante autorizado caso tenha duvidas sobre aterramento. Não troque o conector original. Caso a tomada não aceite este conector efetue a troca da mesma.

Plugue o cabo de energia em uma tomada apropriada que esteja corretamente instalada e aterrada de acordo com as regras locais. A tomada deve suportar um circuito de 120 volts.



Um adaptador temporário pode ser utilizado para conectar o cabo de energia a um receptor de 2 pólos conforme figura, caso uma tomada aterrada não esteja disponível.



A perna metálica verde do adaptador deve ser parafusada a tomada com um parafuso metálico, ou estendido até uma caixa de aterramento. **Algumas tomadas de 2 pólos não são aterradas, contate um eletricista para verificar se a tomada é aterrada**.
O adaptador temporário deve ser usado somente até que uma tomada aterrada seja instalada por um eletricista qualificado.

COMO AJUSTAR O ÂNGULO DO ASSENTO

Você pode ajustar o ângulo do assento à posição que é mais confortável. Você também pode deslizar seu assento para frente e para trás para aumentar seu conforto, ou para ajustar a distância do corrimão.

Para ajustar o assento, afrouxe o parafuso no lado interno do assento algumas voltas, e então incline o assento para cima e para baixo ou deslize-o para frente e para trás até a posição desejada. Então, aperte o parafuso novamente.

COMO AJUSTAR A POSIÇÃO HORIZONTAL DO CARREGADOR DE ASSENTO

Para ajustar a posição do carregador do assento, primeiro afrouxe a trava do assento e puxe-a para baixo. Então, mova o carregador do assento para frente ou para trás, solte a trava do assento, e aperte firmemente a trava do assento.

COMO AJUSTAR A POSIÇÃO HORIZONTAL DO CORRIMÃO

Para ajustar a posição do corrimão, primeiro afrouxe a trava do corrimão. Então mova o corrimão para frente e para trás, e então aperte a trava firmemente.
Nota: A trava do corrimão funciona como uma roquete (vide montagem passo 9 na página 9).

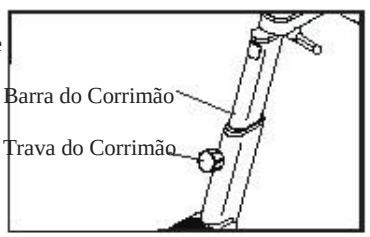
COMO AJUSTAR A BARRA DO ASSENTO

Para a efetividade dos exercícios, o assento deve estar na altura adequada. Enquanto você pedala, deve haver uma suave dobra nos seus joelhos, quando os pedais alcançam a posição mais baixa.

Para ajustar a altura da Barra do assento, primeiro afrouxe a trava da barra e puxe-a para fora. Então, mova a barra do assento para cima ou para baixo, solte a trava no furo de ajuste na barra do assento, e aperte firmemente a trava do assento. Esteja certo de que a trava esteja corretamente encaixada no furo de ajuste desejado.

COMO AJUSTAR A BARRA DO CORRIMÃO

Para ajustar a altura da barra do corrimão, primeiro afrouxe a trava da barra e puxe-a para fora. Então, mova a barra do para cima e para baixo, solte a trava em um furo de ajuste, e aperte firmemente a trava do corrimão Esteja certo de que a trava esteja corretamente encaixada no furo de ajuste desejado.



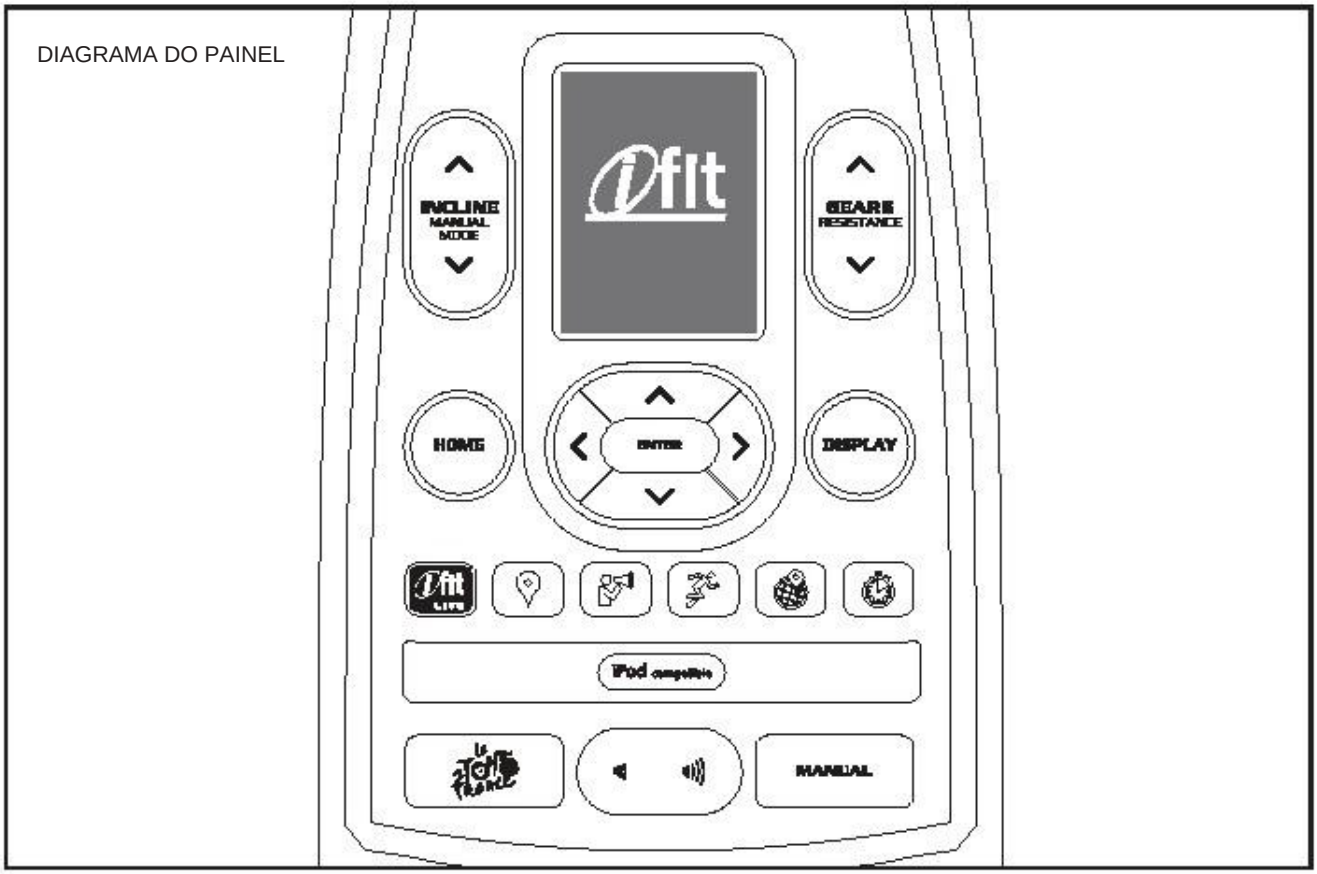
COMO USAR OS PEDAIS

Para usar os pedais (vide figura na página 4), insira seus pés nos apoios e puxe as alças. Para ajustar as alças, pressione e aperte os encaixes, ajuste o tamanho desejado e solte os encaixes.

COMO NIVELAR O EXERCITADOR

Se o exercitador balanças suavemente no chão enquanto você se exercita, gire um ou ambos os pés niveladores no estabilizador posterior (vide figura na página 4) até que o movimento seja eliminado.

DIAGRAMA DO PAINEL



RECURSOS DO PAINEL

O avançado painel oferece uma grande variedade de recursos, para tornar sua malhação em casa, mais efetiva e divertida.

O painel também oferece a nova tecnologia iFit que permite ao painel se comunicar com sua rede sem fio. Com a tecnologia iFit, você pode realizar download de programas personalizados, criar programas particulares, acompanhar os resultados de seus programas, e acessar muitos outros recursos. Acesse www.iFit.com para mais informações.

Além disso, o painel oferece 24 programas na memória. Cada programa muda automaticamente a inclinação (resistência) do exercitador para corresponder a um perfil pré-definido ou um mapa do terreno real e permite a você mudar as engrenagens para manter a cadência da pedalada.

Quando você utiliza o modo manual, você pode mudar a inclinação (resistência) e engrenagens do exercitador com o toque de um botão.

Enquanto você se exercita, o painel mostrará seu progresso continuamente. Você pode até mensurar seu ritmo cardíaco utilizando o sensor opcional.

Você pode até conectar seu aparelho MP3 ou CD ao sistema de som do painel e ouvir sua música favorita ou livros-áudio enquanto se exercita..

Para ligar, vide página 13. Para navegar nos menus do painel, vide página 13. Para programar o painel, vide página 13. Para utilizar o modo manual, vide página 14. Para utilizar um programa da memória, vide página 16. Para utilizar um programa iFit, vide página 17. Para utilizar modo de ajuste, vide página 18. Para utilizar modo de manutenção, vide página 20. Para utilizar sistema de som, vide página 21.

O painel pode mostrar velocidade e distância, tanto em milhas quanto em quilômetros. Para descobris qual unidade de medida foi selecionada, vide passo 5 na página 19.

Nota: Se houver uma folha de plástico transparente no visor, remova-a.

COMO LIGAR O EQUIPAMENTO

IMPORTANTE: Se o equipamento tiver sido exposto à baixas temperaturas, deixe-o adaptar-se à temperatura ambiente antes de ligá-lo. Se você não fizer isso, o visor do painel ou outros componentes podem ser danificados.

Ligue o cabo de energia (vide COMO LIGAR O CABO DE ENERGIA na página 10). Então, localize o interruptor na moldura próximo ao cabo de energia. Pressione o interruptor para a posição iniciar.

O visor se acenderá e o painel estará pronto para o uso.

Nota: Quando você ligar o equipamento pela primeira vez, o sistema de inclinação será calibrado automaticamente.
O exercitador irá mover-se para cima e para baixo conforme calibra. Quando o exercitador parar de se movimentar, o sistema de inclinação estará calibrado.

IMPORTANTE: Se o sistema de inclinação não calibrar automaticamente, vide passo 7 na página 20 e calibre-o manualmente.

IMPORTANTE: O painel oferece um sistema de demonstração, desenvolvido para ser utilizado quando o exercitador está exposto, em uma loja. Caso este modo esteja ligado, o painel não desligará e os visores não serão reiniciados quando você terminar de se exercitar. Para desligá-lo, vide passo 6 na página 19.

COMO NAVEGAR NOS MENUS DO PAINEL

Você pode utilizar os botões Doméstico, esquerda, direita, superior, inferior e Iniciar para navegar nos menus do painel, mudar definições, e verificar informações do painel.

Pressione o botão Doméstico para retornar a menu principal, para finalizar um programa ou para retornar ao menu anterior.

Pressione os botões superior e inferior para ressaltar opções do menu. Pressione o botão esquerdo para retornar ao menu anterior. Pressione o botão direito para selecionar um item ressaltado do menu.

Pressione o botão Iniciar para selecionar uma opção do menu ou para confirmar uma definição.

COMO PROGRAMAR O PAINEL

Antes de utilizar o exercitador pela primeira vez, programe o painel.

1. Conecte a uma rede sem fio.

   Vide passos 1 e 2 na página 18 para conectar-se a uma rede sem fio. Então, pressione o botão Doméstico para retornar ao menu de definições.

2. Calibre o sistema de inclinação.

   Primeiro selecione o modo de manutenção (vide passos 1 e 2 na página 20). Então, vide passo 7 na página 20 e calibre o sistema de inclinação de seu exercitador.

3. Cheque atualizações de firmware.

   Primeiro selecione o modo de manutenção (vide passos 1 e 2 na página 20). Então, vide passo 3 na página 20 e cheque as atualizações de firmware.

4. Crie uma conta iFit.

   Para criar uma conta iFit e para maiores informações sobre sua conta, acesse www.iFit.com.

5. Comece a se exercitar.

   Vide COMO UTILIZAR UM PROGRAMA iFit na página 17.

COMO UTILIZAR O MODO MANUAL

1. Comece a pedalar ou aperte qualquer botão No painel para ligá-lo.

Vide COMO LIGAR O EQUIPAMENTO na página 13.

2. Selecione o menu principal.

Cada vez que você ligar o painel, o modo manual será ligado automaticamente.

Se você tiver selecionado um programa ou o modo iFit, Pressione o botão Doméstico para retornar ao menu principal.

3. Selecione o modo manual.

Pressione o botão manual no painel, para selecionar o modo manual.

À partir do menu principal, você também pode selecionar iFit, e então selecionar um Programa Manual.

4. Mude a inclinação (resistência) do seu exercitador conforme desejado.

Conforme você pedala, mude a inclinação do exercitador pressionando os botões aumentar ou diminuir.

Nota: Depois de você apertar o botão, levará alguns segundos até que o exercitador alcance a inclinação desejada.

CUIDADO: O exercitador pode chegar a altas inclinações, quando selecioná-las segure nos corrimões e esteja preparado.

5. Mude as engrenagens conforme desejado.

Para manter um ritmo cadenciado, mude as engrenagens com os botões aumentar ou diminuir Engrenagens no painel ou pressionando os botões nos alternadores.

Nota: Depois de você apertar o botão, levará alguns segundos até que o exercitador alcance a situação desejada.

6. Acompanhe seu progresso no visor.

O painel pode mostrar as seguintes informações. Pressione o botão Visor ou os botões esquerda, direita, superior ou inferior para ver as informações desejadas.

Calorias (Cals) _Este visor mostrará o número aproximado de calorias que você queimou.

Distância _Este visor mostrará a distância que você pedalou em milhas ou quilômetros. Para mudar a unidade de medida, vide passo 5 na página 19.

Engrenagem _Este visor mostrará as engrenagens.

Inclinação _Este visor mostrará o nível de inclinação do exercitador.

Mapa _Quando um programa da memória for selecionado, este visor mostrará um mapa do caminho e seu progresso no mesmo.

Perfil _ Quando um programa da memória for selecionado, este visor mostrará um perfil dos níveis de inclinação do programa.

Pulso _Este visor mostrará seu ritmo cardíaco, quando você utilizar um medidor opcional (vide página 21).

RPM _Este visor mostrará seu ritmo em revoluções por minuto (rpm).

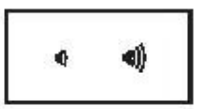
Velocidade (Spd) _Este visor mostrará seu ritmo em milhas ou quilômetros por hora. Para mudar a unidade de medida, vide passo 5 na página 19.

Tempo _Este visor mostrará o tempo percorrido.

Watts _este visor mostrará sua potência aproximada em watts.

Este símbolo localizado na parte superior Do visor mostrará a situação de sua conexão Se o símbolo estiver verde, o painel está conectado à rede sem fio e você está logado em iFit.com. Se o símbolo estiver laranja, o painel está conectado à sua rede sem fio. Se o símbolo estiver cinza, o painel não está conectado à sua rede sem fio.

Mude o nível do volume do painel apertando os botões Aumentar e Diminuir Volume.



Para pausar o modo manual ou um programa, pare de pedalar. O tempo pausará no visor. Para retomar o modo manual ou o programa, volte a pedalar.

Para abandonar o modo manual ou um programa, pressione o botão Doméstico, selecione Finalizar Programa, e pressione o botão Iniciar.

7. Utilize o monitor cardíaco e monitore seu ritmo cardíaco.

Você pode utilizar um monitor cardíaco e monitorar seu ritmo cardíaco. Para mais informações, vide página 21.

Quando seu ritmo cardíaco é detectado, o mesmo será mostrado no visor Ritmo Cardíaco.

8. Quando você terminar de se exercitar, desligue o cabo da tomada.

Se os pedais não se moverem por vários segundos, o painel pausará.

Se os pedais não se moverem por vários minutos e nenhum botão no painel for pressionado, o painel desligará e os visores serão reiniciados.

Quando você terminar de se exercitar, posicione o interruptor na posição desligado e desligue o cabo de energia da tomada. IMPORTANTE: Caso você não faça isso, os componentes eletrônicos do equipamento podem se danificar prematuramente.

COMO UTILIZAR UM PROGRAMA DA MEMÓRIA

1. Comece a pedalar ou aperte qualquer botão no painel para ligá-lo.

Vide COMO LIGAR O EQUIPAMENTO na página 13.

2. Selecione o menu principal.

Vide passo 2 na página 14.

3. Selecione um programa da memória.

À partir do menu principal, selecione Tour De France. Você também pode apertar o botão Le Tour De France no painel.

Então, selecione o programa desejado. O visor mostrará o nome, a duração estimada, e a distância estimada do programa. O visor também mostrará o número aproximado de calorias que você queimará.

4. Inicie o programa.

Comece a pedalar ou aperte o botão Iniciar para iniciar o programa.

Cada programa é dividido em diversos segmentos. Um nível de inclinação (resistência) é programado para cada segmento. Nota: O mesmo nível de inclinação pode ser programado para segmentos consecutivos.

Durante o programa, o perfil mostrará seu progresso. Pressione o botão Visor repetidamente para ver o perfil. A linha colorida na parte superior do perfil indicará o segmento atual do programa. O perfil colorido representa o nível de inclinação do segmento atual.

O visor mostrará também um mapa do caminho e um indicador do seu progresso. Pressione o botão Visor repetidamente para ver o mapa.

Ao final do primeiro segmento do programa, a inclinação se ajustará automaticamente para o nível do próximo segmento.

Quando a inclinação mudar, a resistência dos pedais também mudará. Para manter um ritmo cadenciado, altere as engrenagens pressionando os botões.

Nota: A meta calórica é um número estimado de calorias que você queimará durante o programa. O número real de calorias que você queimará dependerá de diversos fatores, incluindo seu peso. Além disso, seu ritmo vai influenciar a quantidade de calorias queimadas.

O programa continuará desta forma até que o ultimo segmento termine. Um resumo do programa aparecerá no visor. Depois de analisar seu resumo, aperte o botão Iniciar.

5. Acompanhe seu progresso nos visores.

Vide passo 6 na página 14.

6. Utilize um monitor cardíaco e monitore seu ritmo cardíaco.

Vide passo 7 na página 15.

7. Quando terminar de se exercitar, desligue o cabo de energia.

Vide passo 8 na página 15.

COMO UTILIZAR UM PROGRAMA iFit

Nota: Para utilizar um programa iFit, você deve ter acesso a uma rede sem fio 802.11b/n com um roteador SSID. Redes ocultas não são permitidas. Você também deve ter um perfil criado em iFit.com.

1. Comece a pedalar ou aperte qualquer botão no painel para ligá-lo.

Vide COMO LIGAR O EQUIPAMENTO na página 13.

2. Log in em iFit.com.

Caso você ainda não esteja logado, acesse sua conta em iFit (vide passo 3 na página 18).

3. Selecione o menu principal.

Vide passo 2 na página 14.

4. Selecione um programa iFit.

À partir do menu principal, selecione um programa iFit, e então selecione Programa de Hoje, Mapa, Treino, Giro ao Mundo, ou Evento de Treinamento para realizar o download do próximo programa de sua programação. Selecione Competir para participar de uma corrida que você tenha agendado previamente.

Você também pode pressionar os botões iFit do painel. Pressione o botão Mapa, o botão Treino, o botão Giro ao Mundo, ou o botão Evento de Treinamento para realizar o download do próximo programa de sua programação. Pressione o botão Competir para participar de uma corrida que você tenha agendado previamente.

Para trocar os usuários em uma conta iFit, selecione Selecionar Usuário e escolha o usuário desejado.

No menu iFit, você também pode selecionar o Programa Manual para o modo manual (vide página 14) ou Tour De France para um programa gravado (vide página 16).

Antes de realizar o download de alguns programas, você deve adicioná-los à sua programação iFit.com.

Para mais informações, acesse www.iFit.com.

Quando você seleciona um programa iFit, o visor mostrará o nome, duração, e a distância do programa. O visor mostrará também o número aproximado de calorias que você queimará durante o programa. O visor também mostrará o perfil ou um mapa do programa. Se você selecionar um programa de competição, o visor poderá fazer a contagem para o final do programa.

5. Inicie o programa.

Vide passo 4 na página 16.

Durante alguns programas a voz de um treinador pessoal o guiará através de seu exercício.

6. Acompanhe seu progresso nos visores.

Vide passo 6 na página 14.

Durante um programa de competição, um visor mostrará sua situação..

7. Utilize um monitor cardíaco e monitore seu ritmo cardíaco.

Vide passo 7 na página 15.

8. Quando terminar de se exercitar, desligue o cabo de energia.

Vide passo 8 na página 15.

Para mais informações acesse www.iFit.com.

COMO UTILIZAR O MODO DE DEFINIÇÕES

O painel oferece um modo de definições que permite á você conectar o painel à sua rede sem fio e a uma conta iFit. Este modo também permite a você selecionar a unidade de medida, ligar e desligar o modo de demonstração, ligar e desligar a trava de inclinação, entre outras coisas. Você também pode selecionar um idioma.

1. Selecione o modo de definições.

Ligue o painel (vide passo1 na página 14). Então, selecione o menu principal (vide passo 2 na página 14). Então, selecione Definições. O menu de definições aparecerá no visor.

2. Conecte-se à uma rede sem fio.

No menu de definições, selecione WiFi. Então, selecione Estabelecer Wifi padrão ou avançada.

Nota: Você deve ter sua própria rede Wifi.

O modo iFit suporta criptografia segura ou insegura (WEP, WPA, and WPA2). Uma Conexão de banda larga é recomendada, e dependerá de sua conexão.

Se você selecionar Wifi padrão, uma lista das redes aparecerá no visor, selecione a desejada.

Nota: Pode levar alguns minutos para que a lista apareça. Você precisará saber o nome de sua rede (SSID). Se sua rede tiver uma senha, você também precisará saber.

O teclado então aparecerá no visor. Utilizando os botões, insira sua senha e selecione Feito.
Nota: Se sua rede não possuir senha, aperte Feito.

Caso tenha algum problema no acesso, verifique sua senha. Nota: Preste atenção às maiúsculas e minúsculas.

O painel o avisará quando acessar a sua rede. Aperte o botão Iniciar para fechar o modo de acesso.

Se você selecionar Wifi avançada, uma lista das redes aparecerá no visor, selecione a desejada. Pode levar alguns minutos para que a lista apareça.

Nota: Você precisará saber o nome de sua rede (SSID). Você também precisará saber sua senha, seu endereço de IP, seu netmask, seu endereço gateway, e seu servidor DNS global.

O teclado então aparecerá no visor. Utilizando os botões, insira sua senha e selecione Feito.

Repita este passo para inseris seu endereço de IP, seu netmask, seu endereço gateway, e seu servidor DNS global.

Caso tenha algum problema no acesso, verifique sua senha. Nota: Preste atenção às maiúsculas e minúsculas.

O painel o avisará quando acessar a sua rede. Aperte o botão Iniciar para fechar o modo de acesso.

Nota: Caso ainda tenha dúvidas após ler estas instruções, acesse ifit.com.

3. Acesse sua conta iFit .

No menu de definições, selecione WiFi. Então selecione, login iFit.

O teclado então aparecerá no visor. Utilizando os botões, insira seu login, sua senha e selecione Feito.

Nota: Você pode alternar usuários em uma conta iFit. No menu iFit, selecione Selecionar Usuário e selecione o usuário desejado.

Para criar uma conta iFit, ou para mais informações, acesse www.iFit.com.

4. Selecione um idioma.

No menu de definições, selecione Internacional. Então, selecione Idiomas. O idioma selecionado atualmente aparecerá sublinhado.

Selecione o idioma desejado. Nota: Este recurso pode não estar disponível.

5. Selecione uma unidade de medida.

No menu de definições, selecione Internacional. Então selecione Unidades Visor. A unidade atual aparecerá sublinhada.

Selecione U.S. (milhas) para mostrar velocidade e distância em milhas ou selecione Metros (quilômetros) para mostrar velocidade e distância em quilômetros.

6. Ligue e desligue o modo de demonstração.

O painel oferece um modo de demonstração, desenvolvido para ser utilizado quando o equipamento está em exposição em uma loja. Se o modo de demonstração estiver ligado, o painel não desligará e os visores não reiniciarão quando você terminar de se exercitar.

Você pode ligar e desligar o modo de demonstração. No menu de definições, selecione Modo de Demonstração. A opção da situação atual do modo de demonstração estará em destaque.

Para ligá-lo, selecione Ligar. Para desligá-lo, selecione Desligar.

7. Ligue ou desligue a trava de inclinação.

O painel oferece uma trava de inclinação que impedirá o exercitador de aumentar ou diminuir a inclinação.

Você pode ligar ou desligar essa trava. No menu de definições, selecione Trava de Inclinação. A situação atual da trava de inclinação, estará em destaque.

Para ligá-la, selecione Ligar. Para desligá-la, selecione Desligar.

Nota: Se você utilizar um programa da memória quando a trava estiver ligada, a resistência dos pedais mudará para alcançar os níveis de resistência definidos.

8. Selecione uma opção de engrenagem.

No menu de definições, selecione Engrenagens. Então, selecione a opção desejada para o exercitador.

9. Saia do Modo de Definições.

Para sair do modo de definições, aperte o botão Doméstico.

COMO UTILIZAR O MODO DE MANUTENÇÃO

O painel oferece um modo de manutenção que permite a você atualizar o firmware do painel, restaurar as definições, ver informações técnicas, desenvolver um teste de rede, e calibrar a inclinação.

1. Selecione o modo de definições.

Vide passo 1 na página 18.

2. Selecione o modo de manutenção.

No menu de definições, selecione Manutenção. O menu de manutenção aparecerá no visor.

Se o painel estiver conectado ao controlador do exercitador, a seta do controlador ficará verde; se não, a seta piscará.

Se o exercitador estiver conectado a uma rede sem fio, a seta de rede ficar é verde; se não, a seta ficará vermelha.

3. Atualize o firmware do painel.

Para melhores resultados, cheque regularmente se há atualizações.

No menu de manutenção, selecione atualização de Firmware. Pressione o botão Iniciar para realizar p download da última atualização disponível.

IMPORTANTE: Para evitar danificar o exercitador, não desligue o painel durante a atualização.

O painel mostrará o progresso da atualização. Quando a atualização estiver complete, o painel desligará e ligará novamente. Caso isso não aconteça, desligue o interruptor. Aguarde vários segundos, e então ligue-o. Pode levar alguns minutos para que o painel esteja pronto para o uso.

4. Restaure as configurações padrão.

No menu de manutenção, selecione restaurar configurações padrão. Então, pressione o botão Iniciar para restaurar as configurações padrão do exercitador.

5. Ver informações técnicas.

No menu de manutenção, selecione informações técnicas.

Veja o número total de horas que o exercitador foi utilizado, a distância total pedalada, e outras informações.

Depois de analisar as informações, aperte o botão Iniciar.

6. Desenvolva um teste de rede.

No menu de manutenção, selecione Teste de Rede. O painel fará um teste de rede e checará a situação da conexão do mesmo e do exercitador.

Depois de analisar as informações, aperte o botão Iniciar.

7. Calibre o sistema de inclinação do exercitador.

No menu de manutenção, selecione Calibrar Inclinação. Então, pressione o botão Iniciar para calibrar o sistema.

O exercitador subirá automaticamente ao nível máximo de inclinação, e baixará automaticamente ao nível mais baixo de inclinação, e então voltará à posição inicial. Isso calibrará o sistema de inclinação.

IMPORTANTE: Mantenha animais de estimação, pés e outros objetos longe do exercitador enquanto o sistema de inclinação é calibrado. Em uma emergência, pressione o botão Iniciar para parar a calibração.

Quando o sistema de inclinação estiver calibrado, pressione o botão Iniciar.

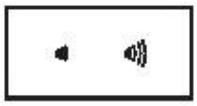
8. Saia do modo de manutenção.

Para sair do modo de manutenção, pressione o botão Doméstico.

COMO UTILIZAR O SISTEMA DE SOM

Para ouvir uma música ou livros-áudio no sistema de som do painel, plugue o cabo de áudio incluso na saída do painel e em seu aparelho de CD ou MP3, e esteja certo de que esteja corretamente inserido.

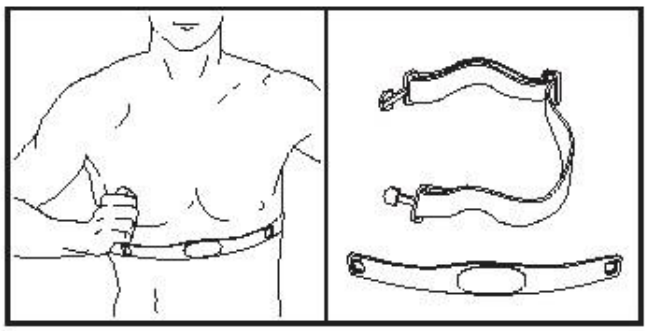
Então, pressione o botão Iniciar no seu aparelho MP3 ou CD. Ajuste o volume utilizando os botões aumentar ou diminuir volume no painel, ou diretamente no seu aparelho.



Para utilizar fones no painel, plugue o cabo nos fones e no painel.

O MONITOR CARDÍACO OPCIONAL

Seja sua meta queimar gordura ou fortalecer seu sistema cardiovascular, a chave para atingir os resultados é manter o ritmo cardíaco adequado durante o treino. O monitor cardíaco opcional o ajudará a monitorar seu ritmo cardíaco enquanto se exercita, o ajudando a atingir suas metas pessoais. Para adquirir, entre em contato conosco.



MANUTENÇÃO E SOLUÇÃO DE PROBLEMAS

COMO MANTER O EXERCITADOR

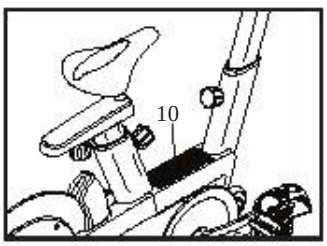
Inspecione e aperte todas as peças do exercitador regularmente. Reponha qualquer peça danificada imediatamente.

Para limpar o exercitador, use um pano limpo macio e uma pequena quantidade de detergente neutro. IMPORTANTE: Para evitar danificar o painel, mantenha líquidos longe do painel e mantenha o painel longe da incidência direta de luz solar.

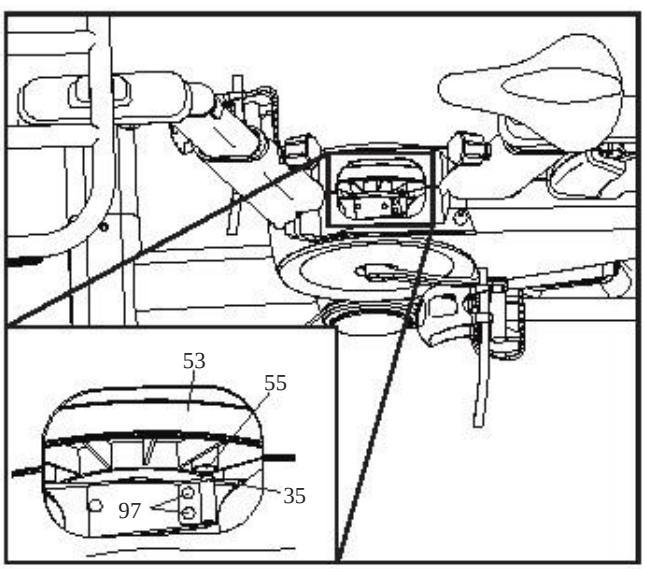
COMO AJUSTAR O INTERRUPTOR

Se o painel não mostrar o resumo correto, o interruptor deve ser ajustado.

Para ajustar o interruptor, primeiro desligue o aparelho e desconecte o cabo de energia. Então, use uma chave de fenda padrão para retirar o Protetor Superior (10) do exercitador.



Localize o Interruptor (35). Afrouxe, mas não remova os dois Parafusos #8 x 19mm (97).



Então, gire a Alavanca (53) até que o Magnético (55) esteja alinhado com o Interruptor (35). Deslize o Interruptor suavemente para mais próximo e mais longe do Magnético. Então, aperte novamente os Parafusos #8 x 19mm (97).

Gire a Roldana (53) por um momento. repita até que os visores do painel mostrem o resumo correto.

Quando o Interruptor estiver corretamente ajustado, prenda o protetor de volta.

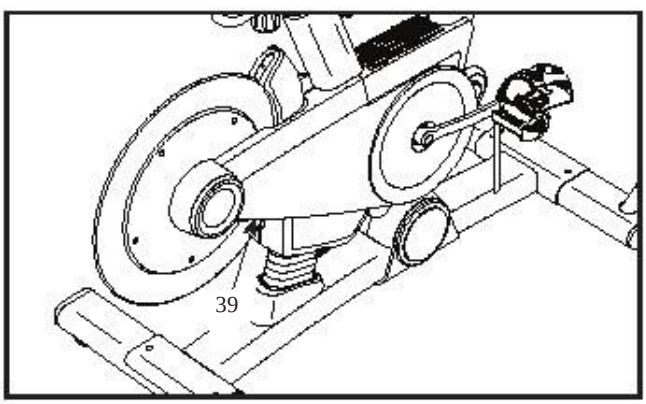
COMO AJUSTAR A CINTA ROLANTE

Se os pedais escorregam enquanto você se exercita, a cinta rolante pode precisar ser ajustada.

Vide FIGURA ILUSTRATIVA na página 27 para identificar as peças mencionadas abaixo.

Para ajustar a cinta rolante (66), primeiro desligue o aparelho e desconecte o cabo de energia.

Localize o furo de acesso no lado inferior da Capa Direita (12). Usando uma chave sextavada, aperte o Parafuso de Ajuste (39) até que a cinta rolante (66) esteja firme.



GUIA DE EXERCÍCIOS

AVISO: Antes de começar este ou qualquer outro programa de exercícios, consulte seu médico. Isto é especialmente importante para pessoas com mais de 35 anos com problemas de saúde pré-existentes.

Este guia o ajudará a planejar seu programa de exercícios. Para informações mais detalhadas sobre exercícios, adquira um livro conceituado ou consulte seu médico. Lembre-se que uma alimentação adequada e descanso suficiente são essenciais para os resultados almejados.

INTENSIDADE DE EXERCÍCIOS

Caso sua meta seja queimar gorduras, ou fortalecer o sistema cardiovascular, exercitar-se na intensidade correta é a chave para alcançar seus objetivos. Você pode utilizar seu ritmo cardíaco como um guia para definir o nível de intensidade correto. A tabela abaixo mostra os ritmos cardíacos recomendados para queima de gordura e exercícios aeróbicos.

165	155	145	140	130	125	115	♥
145	138	130	125	118	110	103	♥
125	120	115	110	105	95	90	♥
20	30	40	50	60	70	80	

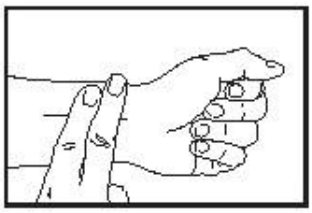
Para encontrar o nível correto de intensidade, primeiro encontre sua idade (arredondada próximo às dezenas). Os três números listados acima da sua idade definem sua "zona de treinamento". O número mais baixo é o ritmo cardíaco para queima de gordura, o número médio é o ritmo cardíaco para queima máxima de gordura e emagrecimento e o número mais alto é o ritmo cardíaco para exercícios aeróbicos.

Queima de Gordura—Para queimar gordura efetivamente, você precisa exercitar-se em um nível baixo por um longo período de tempo. Durante os primeiros minutos de exercícios, seu corpo utiliza carboidratos para energia. Somente após os primeiros minutos de exercício seu organismo começa a queimar a gordura para obter energia. Se a sua meta é queimar gordura, ajuste a intensidade do exercício até que seu ritmo cardíaco esteja próximo ao número mais baixo da sua zona de treinamento Para o máximo de queima, exercite-se com o ritmo cardíaco próximo ao número médio de sua zona de treinamento.

Exercícios Aeróbicos—Se a sua meta for fortalecer o sistema cardiovascular, você deve manter um ritmo aeróbico, que é a atividade que requer maior quantidade de oxigênio por períodos prolongados de tempo. Para exercícios aeróbicos, ajuste a intensidade de seu exercício até que o seu ritmo cardíaco esteja próximo do número superior de sua zona de treinamento.

COMO MENSURAR SEU RITMO CARDÍACO

Para mensurar seu ritmo cardíaco, exercite-se por pelo menos quatro minutos. Então, pare e posicione dois dedos no seu pulso, conforme figura. Pegue uma frequência de seis segundos e multiplique o resultado por 10 para encontrar seu ritmo cardíaco.



GUIA DE EXERCÍCIOS

Aquecimento - Inicie cada série de exercícios com 10 minutos de alongamento e exercícios leves. Um bom aquecimento eleva a temperatura do seu corpo, batimentos cardíacos, e circulação como preparação para o exercício.

Zona de Treinamento - Após o aquecimento, aumente a intensidade de seu exercício até que seus batimentos estejam na zona de treinamento de 20 a 60 minutos. (Durante a primeira semana de exercício não mantenha seus batimentos cardíacos na zona de treinamento por mais de 20 minutos.) Respire profundamente durante seu exercício, nunca prenda a respiração.

Resfriamento – Termine cada série de exercícios com 10 minutos de alongamento para resfriar seu corpo. Isso vai aumentar a flexibilidade dos seus músculos, e prevenir seu corpo de futuros problemas.

FREQUÊNCIA DO EXERCICIO

Para manter ou melhorar sua condição física, realize três séries de exercício por semana, com pelo menos um dia de descanso entre eles. Em alguns meses você pode aumentar esse numero para cinco séries semanais. A chave para um exercício eficaz e agradável é torná-lo regular e agradável todos os dias que você o praticar.

ALONGAMENTOS SUGERIDOS

A forma correta de executar muitos alongamentos básicos está na figura abaixo. Mexa-se devagar enquanto se alonga – nunca violentamente.

1. Tocando a ponta dos pés

Fique com seus joelhos levemente inclinados e devagar, avance sobre os quadris. Permita que suas costas e ombros relaxem enquanto você avança em direção a ponta dos pés, tão longe quanto possível. Conte até 15 e depois relaxe. Repita por três vezes. Alongamento: Tendão da perna, posterior dos joelhos e costas.

2. Tendão da perna

Sente-se com uma perna entendida. Coloque a sola do outro pé encostada na perna entendida. Vá em direção a ponta dos pés tão longe quanto possível. Conte até 15, então relaxe. Repita três vezes para cada perna. Alongamento: Tendão da perna, lombar e virilha.

3. Calcanhar de Aquiles

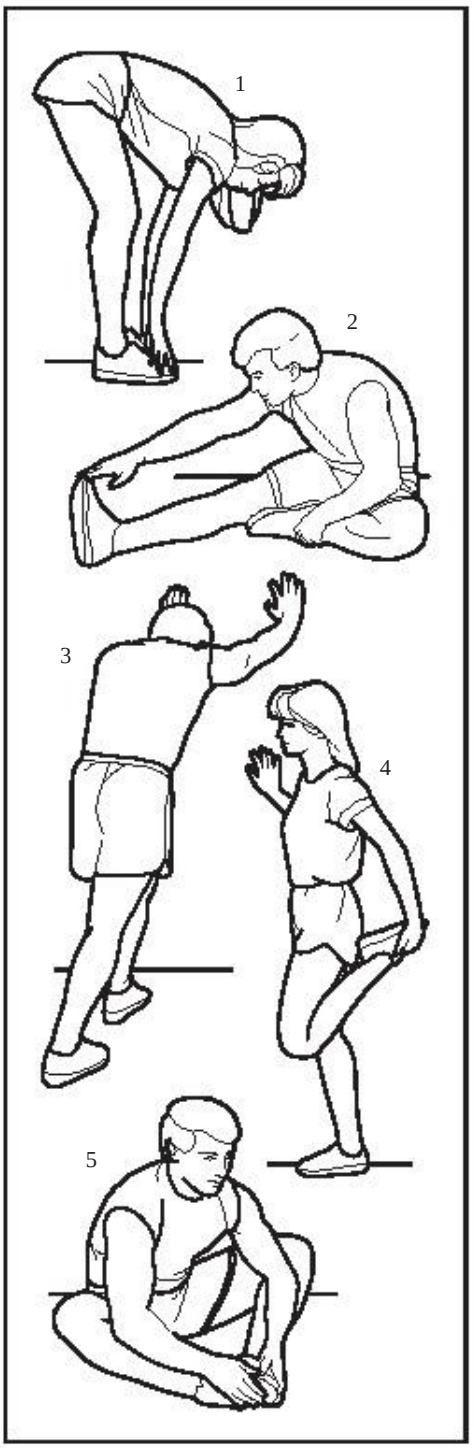
Com uma perna na frente da outra, incline-se e apoie suas mãos em uma parede. Mantenha a perna traseira reta e as costas formando um ângulo com o chão. Dobre sua perna dianteira, e avance seus quadris em direção à parede. Conte até 15, então relaxe. Repita três vezes para cada perna. Para alongar mais o calcanhar de Aquiles, dobre a perna traseira. Alongamento: Panturrilha, Tendões do calcanhar e tornozelo.

4. Quadríceps

Com uma mão na parede para manter o equilíbrio, alcance e segure um pé por trás, com a outra mão. Leve seu tornozelo o mais próximo possível das nádegas. Conte até 15 e então relaxe. Repita três vezes para cada perna. Alongamento: Quadríceps e músculos do tornozelo.

5. Interno de Coxa

Sente-se com as solas dos pés juntas e os joelhos para fora. Posicione seus pés o mais longe possível da virilha. Conte até 15, então relaxe. Repita três vezes. Alongamento: Quadríceps e quadris.



LISTA DE PEÇAS

Modelo No. PFEX01312.2 R1012A

No.Chave	Qtdade.	Descrição
1	1	Base
2	1	Frame
3	1	Seat Post
4	1	Seat Carriage
5	1	Seat/Screw
6	1	Handlebar Post
7	1	Handlebar
8	1	Tray
9	1	Console
10	1	Upper Shield
11	1	Left Shield
12	1	Right Shield
13	2	Shield Cover
14	1	Right Magnet Cover
15	1	Left Magnet Cover
16	1	Left Frame Cover
17	1	Right Frame Cover
18	1	Base Shield
19	1	Flex Cover
20	2	Cover Mount
21	2	Base Cover
22	1	Front Stabilizer
23	1	Rear Stabilizer
24	4	Stabilizer Cap
25	2	Leveling Foot
26	2	Foot
27	2	Wheel
28	2	T-clamp
29	1	Seat Knob
30	1	Lift Motor
31	1	Resistance Motor
32	1	Resistance Magnet
33	1	Arm
34	1	Magnet Axle
35	1	Reed Switch/Wire
36	1	Clamp
37	1	Idler Pulley
38	1	Idler Bolt
39	1	Idler Adjustment Screw
40	1	Flywheel Ring
41	1	Flywheel Hub
42	1	Flywheel Axle
43	1	Flywheel Spacer
44	1	Thrust Washer
45	1	Flywheel Pulley
46	2	Post Bushing
47	2	Post Knob
48	1	Power Switch
49	1	Grommet
50	1	Control Board
51	1	Board Bracket
52	4	Standoff
53	1	Crank Pulley
54	1	Crank
55	2	Magnet
56	1	Crank Spacer
57	2	Bearing
58	1	Snap Ring
59	2	Frame Bushing
60	1	Pivot Axle
61	1	Left Pedal
62	1	Right Pedal
63	1	Left Crank Arm
64	1	Right Crank Arm
65	2	Crank Arm Cap
66	1	Drive Belt
67	1	Power Cord
68	1	Upper Wire/Clamp
69	1	Lower Wire
70	1	Left Shifter/Wire
71	3	3/8" Jam Nut
72	2	1/2" Washer
73	2	1/2" x 1" Screw
74	4	3/8" x 2 1/4" Screw
75	2	5/16" x 1 3/4" Bolt
76	2	5/16" Locknut
77	1	M10 x 35mm Hex Screw
78	2	5/16" x 17mm Flange Screw
79	4	M6 x 20mm Screw
80	4	M6 Nut
81	1	Right Shifter/Wire
82	5	#10 x 1/2" Flat Head Screw
83	1	1/4" x 125mm Flat Head Screw
84	4	Wheel Spacer
85	2	M10 Washer
86	2	M8 x 15mm Screw
87	2	Lift Motor Bushing
88	8	#8 x 13mm Screw
89	4	#8 x 16mm Screw
90	2	Mount/Screw

No.Chave	Qtdade.	Descrição
91	1	Audio Cable
92	1	Access Cover
93	2	#8 Star Washer
94	8	#8 x 5/8" Screw
95	10	#8 x 1/2" Screw
96	4	M4 x 12mm Flange Screw
97	2	#8 x 19mm Tek Screw
98	1	Electronics Shield
99	4	1/4" Flange Nut
100	1	M10 Locknut
101	1	Receiver/Wire

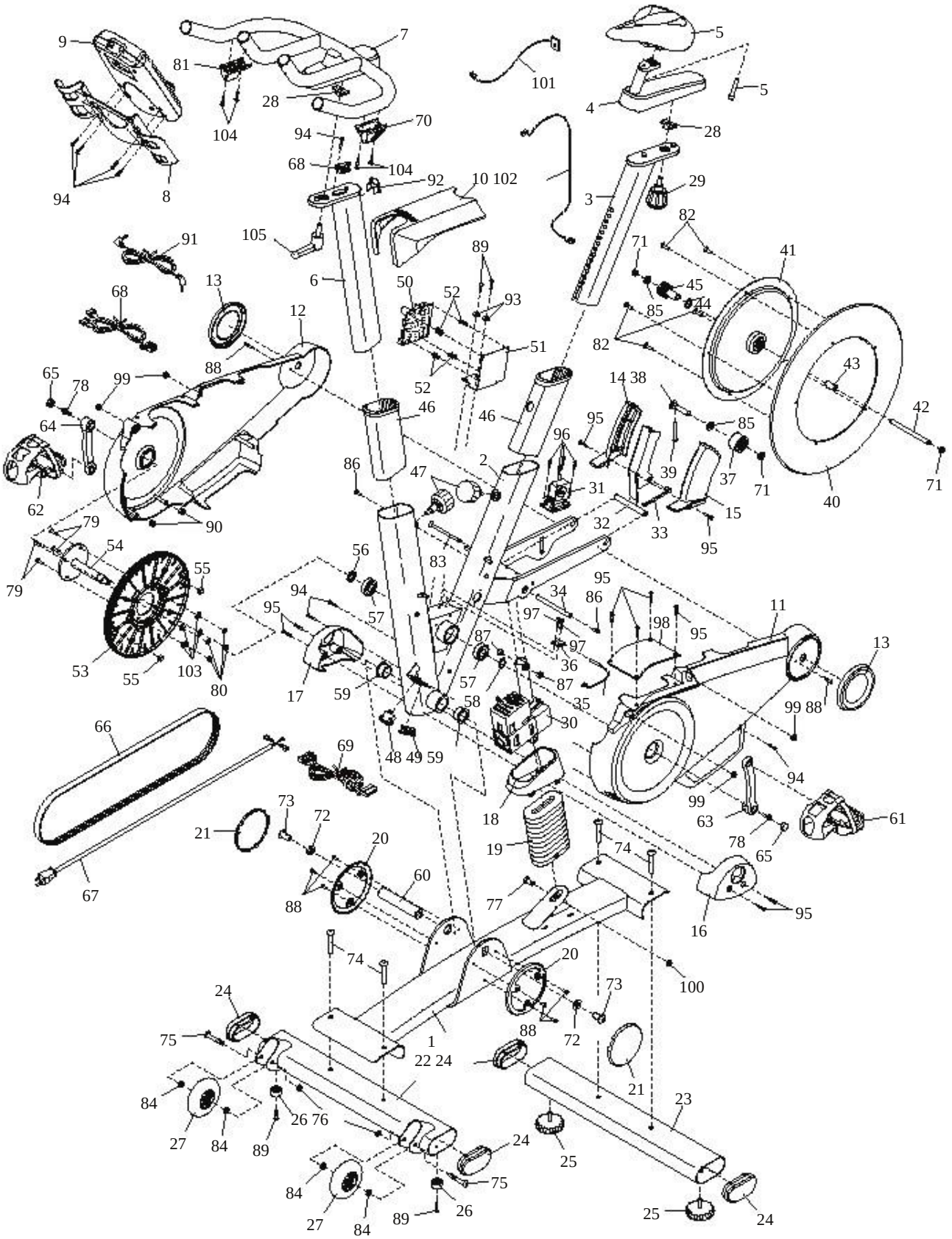
No.Chave	Qtdade.	Descrição
102	1	Extension Wire
103	4	1/4" Split Washer
104	4	M3.5 x 13mm Screw
105	1	Handlebar Knob
*		Assembly Tool
*		User _s Manual
*		Lift Motor Wire
*		Resistance Motor Wire
*		Blue Wire
*		Green Wire
*		White Wire

Nota: O símbolo “#” indica peças não ilustradas. As especificações estão sujeitas à mudanças sem prévia notificação.

Vide contracapa do manual para informações sobre reposição de peças.

FIGURA ILUSTRATIVA

Modelo No. PFEX01312.2 R1012A



PEDINDO REPOSIÇÃO DE PEÇAS

Para pedir peças de reposição, por favor, veja a capa da frente deste manual. Para ajudar-nos a atendê-lo, esteja pronto a fornecer as seguintes informações:

• O Número do modelo e o número de série do produto (vide capa deste manual)

• O Nome do produto (vide capa deste manual)

• O Número da Chave e a descrição da peça a ser reposta (vide LISTA DE PEÇAS e FIGURA ILUSTRATIVA (próximos ao final deste manual)

GARANTIA LIMITADA

QUEM TEM DIREITO—O comprador original ou qualquer pessoa que ganhar o aparelho como presente.

O TEMPO DE COBERTURA—ICON Health & Fitness, Inc. (“ICON”) garante este produto por um ano após a data da compra.

A mão de obra por um ano. A armação tem uma garantia vitalícia.

O QUE FAZER PARA CORRIGIR DEFEITOS NA GARANTIA—Iremos te enviar, sem custo algum, qualquer parte ou componente para reposição. Qualquer serviço de manutenção deve ser aprovado pela ICON primeiramente e depois realizado por um agente de serviços autorizado pela ICON, ou se por sua opção iremos substituir o produto.

O QUE NÃO È COBERTO —Qualquer falha ou dano causado por serviços não autorizados, uso incorreto, acidente, negligencia, montagem incorreta ou instalação, alterações, modificações sem nenhuma autorização escrita ou por falha do usuário ao usar o aparelho, operar ou manter como descrito em seu Manual do Usuário.

O QUE VOCÊ DEVE FAZER—Sempre guarde uma prova da compra, como um recibo de venda, loja,opera e mantenha o produto como especificado neste manual. Notifique nosso Departamento de Atendimento ao Consumidor com no máximo (10) dez dias após a descoberta do defeito, como instruído, devolva qualquer peça defeituosa para substituição ou, se necessário o produto inteiro para manutenção.

MANUAL DO USUÀRIO—É MUITO IMPORTANTE QUE VOCE LEIA O MANUAL antes de operar o produto. Lembre de realizar uma manutenção preventiva periódica como especificado neste manual para assegurar condições de operação e uma satisfação garantida. A ICON não é responsável ou esta sujeita indiretamente, especialmente por danos causados pela performance do produto, como danos financeiros, danos à propriedade, danos à receita ou lucros, dano ao interesse de uso, custos de remoção ou de instalação ou danos consequentes de qualquer natureza. Adequadamente, as limitações acima, podem não ser, aplicadas a você. A garantia estendida acima mencionada esta de acordo com todas as outras garantias aplicadas ou não do mercado de “Fitness” para uso doméstico, e é limitada de acordo com a duração dos termos acima mencionados.

Esta garantia te dá direitos legais. Você pode ter outros direitos de acordo com seu estado. Ninguém está autorizado a modificar ou estender os termos desta garantia limitada.

ICON Health & Fitness, Inc., 1500 S. 1000 W., Logan, UT 84321-9813

No. Peça 340643 R1012A

Impresso em EUA © 2012 ICON IP, Inc.